Gac Sanit. 2025;39(S2):454

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

39 - ALFABETIZACIÓN EN SALUD Y ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA EN LA COMUNITAT VALENCIANA

P. Pereyra-Zamora, N. Tamayo-Fonseca, J. Casillas-Clot, M. Gisbert-Canet, A. Nolasco

Universidad de Alicante.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Existe evidencia de los beneficios de la dieta mediterránea sobre la salud mental y física. La alfabetización en salud es otro componente para la búsqueda de salud y bienestar de la población, que se asocia con el estado de salud y evita desigualdades en salud. Se pretende estimar la prevalencia de adherencia a la dieta mediterránea (ADM) y su asociación con la alfabetización en salud (AS) y otras variables demográficas, socioeconómicas, de salud y de hábitos de vida.

Métodos: Estudio trasversal. Muestra de 9747 sujetos, de 15 o más años, residente en la CV (Encuesta de Salud de 2022). La ADM fue recogida con el cuestionario MEDAS-14, considerando buena si la puntuación #1 9 y baja si < 9. La AS fue recogida a través del cuestionario HLS-EU-Q16, considerando alfabetización insuficiente (inadecuada o problemática) si < 13 puntos y alfabetización adecuada si #1 13. Se incluyeron sexo, edad, nivel de estudios, país de nacimiento, situación laboral, salud autopercibida, enfermedad crónica, tabaco, alcohol, sedentarismo, nivel de obesidad. Se construyeron tablas de contingencia para estimar las prevalencias de baja adherencia y de alfabetización insuficiente según las categorías de las variables explicativas (chi^2 para significación). Modelos de regresión logística binomial para estimar los *odds ratios* (OR) de asociación, e intervalos de confianza al 95% (IC95%), entre la AS y la ADM, ajustando por el resto de variables (programa SPSS v 28.0). Significación estadística si p < 0,05.

Resultados: La baja adherencia fue del 72,8% (IC95% 71,9-73,7), mayor (p < 0,05) en hombres, edad 15-44, sin estudios, nacidos/as fuera de España, trabajando, sin enfermedad crónica, fumadores, que nunca toman alcohol, sedentarios/as, bajo peso y alfabetización insuficiente. La alfabetización insuficiente fue de 14,2% (IC95% 13,5-14,9), mayor (p < 0,05) en mujeres, 65 o más años, sin estudios, nacidos/as fuera de España, jubilados/as, con mala salud autopercibida, con enfermedad crónica, no fumadores/as, que nunca toman alcohol, sedentarios/as, con obesidad. La ADM presentó un OR ajustado con la AS de 1,306, (IC95% 1,118-1,527), con mayor riesgo de baja adherencia si alfabetización insuficiente. También se asoció significativamente con sexo (hombres), edad (15-44), situación laboral (estudiante), tabaco (fumador), alcohol (diversos), sedentarismo (si).

Conclusiones/Recomendaciones: La ADM se ha relacionado con la AS. Promover la alfabetización en salud puede contribuir a la mejora en la adherencia y en el estado de salud de la población.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados